



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Raddatz, Daniel

□□: TB Wülfrath Basketball

□□: 1371

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 47:23

□□: 12.66 km/h

□□□□: 4:44 min/km

□□□□□/□□□: 233 (of 686)

□□□□□/□: 214 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 72(of 178)

□□□□□□□: 37:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:50	4:55	78	2:39	239	3:48	2.00	9:50	4:55	58	1:51	165	3:48
Runde	2.00	9:30	4:45	88	2:10	250	3:33	4.00	19:20	4:49	58	2:04	164	7:21
Runde	2.00	9:29	4:44	78	1:54	224	3:34	6.00	28:49	4:48	57	6:43	163	10:55
Runde	2.00	9:35	4:47	76	1:50	222	3:40	8.00	38:24	4:47	56	8:33	162	14:35
Leichtathletikh	2.00	8:59	4:29	58	1:31	165	3:09	10.00	47:23	4:44	72	9:56	214	17:44